

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

آموزش به بیمار

(سرطان کبد)





سرطان کبد رشد خارج از کنترل سلول‌های بدخیم کبد است. این بیماری از امراض جدی بوده که باید حتماً در مراحل اولیه شناسایی و به طور صحیح درمان شود. سرطان کبد ممکن است به طور اولیه از سلول‌های غیرطبیعی کبد و یا از مجاری صفراوی منشأ گرفته یا حتی از گسترش سرطان اعضا دیگر بدن به کبد ناشی گردد. شایعترین سرطان‌هایی که می‌توانند کبد را درگیر کنند عبارتند از: سرطان‌های رکتوم، کولون، ریه، پستان، پانکراس، مری و پوست. از علل مهم سرطان کبد می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: سیروز کبدی، هپاتیت *B* و *C*، مصرف مشروبات الکلی و استعمال دخانیات، هموکروماتوز (افزایش آهن در کبد) مصرف آفاتوکسین، مصرف طولانی مدت هورمون‌های مردانه.

علائم بالینی: کاهش اشتها و کاهش وزن- بزرگ شدن طحال- آب آوردن شکم (آسیت)- تب خفیف- یرقان (زردی)- خواب آلودگی.

بررسی‌های تشخیصی: آزمایش خون از نظر اندازه‌گیری پروتئین آلفا فیتو پروتئین، سونوگرافی، سی تی اسکن و نمونه برداری از کبد (بیوپسی)- *MRI*- آرتریوگرافی

• روش‌های پیشگیری

- واکسیناسیون بر ضد هپاتیت *B*: هپاتیت *B* اصلی‌ترین عامل سرطان کبد است به همین خاطر ناقلین هپاتیت *B* باید هر ۶ ماه یکبار به پزشک مراجعه کنند.

- تشخیص زودهنگام در جمعیت‌های پرخطر (با انجام آزمایش آلفا فیتو پروتئین و سونوگرافی)

- عدم مصرف مشروبات الکلی و استعمال دخانیات که خطر ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهد.

- عدم استفاده از بادام زمینی و پسته و حبوبات انبار شده: رشد قارچی بر روی آنها سمی به نام آفاتوکسین ترشح می‌کند که این ماده به شدت سرطان زاست.

درمان: اگرچه امکان برداشت کامل تومور کبد به وسیله جراحی در بعضی از بیماران وجود دارد ولی سیروز مستتر (که به طور شایع همراه با سرطان کبد دیده می‌شود) خطرات ناشی از جراحی را افزایش می‌دهد. روش‌های شیمی درمانی (۵- فلوئوراسیل و فلوئوروداکسی یوریدین) و پرتو درمانی درمجموع اثرات تسکینی دارند. از دیگر روش‌های درمانی می‌توان به تخلیه صفرا از راه پوست، ایمنی درمانی، ایجاد آمبولی شریانی از طریق کاتتر، تزریق الکل تحت هدایت اولتراسوند، دهیدراتاسیون و درمان جراحی (لوبکتومی- جراحی با سرما) اشاره کرد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

دفتر پرستاری
واحد آموزش

آموزش به بیمار/ خانواده

به بیمار و خانواده وی در زمینه موارد زیر آموزش داده می‌شود:

- توضیح کافی به بیمار و خانواده راجع به اثرات جانبی و عوارض شیمی درمانی :
- برای کاهش یا پیشگیری از عوارض داروهای شیمی درمانی، موارد زیر به بیمار و خانواده وی آموزش داده می‌شود:

عوارض پوستی

در نواحی اریتماتوز:

- توصیه می‌شود که از تحریکات پوستی (مصرف پماد، لوسیون یا پودر، قرار گرفتن در معرض اشعه آفتاب و هوای سرد) اجتناب شود.
- از به کار بردن صابون، مواد آرایشی، عطریات، پودر، لوسیون، پماد و ضدعرق‌ها اجتناب شود.
- فقط از آب ولرم برای استحمام استفاده شود.
- از مالش یا خاراندن پوست اجتناب شود.
- از تراشیدن مستقیم پوست با تیغ خودداری شود.
- کیف آبگرم، پدهای گرم کننده، یخ و چسب نواری روی نواحی درگیر به کار برده نشود.
- از پوشیدن لباس تنگ اجتناب شود و لباس‌های نخی پوشیده شود.
- بر روی نواحی درگیر از پماد ویتامین A, D استفاده شود.

• در صورت فلسی شدن پوست:

- تاول‌های تشکیل شده پاره نشود.
- از شستشوی مکرر نواحی صدمه دیده اجتناب شود.
- هرگونه تاول زدگی گزارش شود.
- فقط از کرم‌ها یا پمادهای تجویز شده استفاده گردد.
- اگر ناحیه درگیر ترشح داشت، با یک لایه نازک گاز پوشانیده شود.

• عوارض گوارشی

• زخم دهان

- توصیه می‌شود که هر روز دهان بررسی شود.



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

- برای شستشوی دهان از دهانشویه‌های تجارتي حاوی الكل استفاده نشود.

- دندان‌ها با مسواک نرم تمیز شده، از خمیر دندان پس از غذا و قبل از خواب استفاده شود در صورتی که لثه‌ها دردناک نیست و نیز تعداد پلاکت‌ها بالای ۴۰۰۰۰ مترمکعب است، در ۲۴ ساعت یکبار از نخ دندان استفاده شود.

در التهاب متوسط دهان (اریتم کلی، زخم‌های محدود، تکه‌های سفید کوچک ناشی از قارچ کاندیدا):

- در موقع بیداری هر ۲ ساعت یکبار دهان با نرمال سالین شستشو شود و شبها هر ۶ ساعت یکبار این کار انجام شود.

- به جز موقع غذا خوردن، دندان مصنوعی خارج شود (دندان مصنوعی باید متناسب دهان باشد)

- از نرم کننده‌ها برای لب استفاده شود. (مانند وازلین)

- از خوردن غذاهای تند یا خیلی سخت برای جویدن (مثل سیب) و غذاهای خیلی سرد یا خیلی داغ اجتناب شود.

التهاب شدید زبان (زخم‌های همراه با خونریزی و تکه‌های سفید رنگ که بیش از ۲۵ درصد مخاط دهان را پوشانیده باشد):

- در صورت داشتن دندان مصنوعی، خارج گردد.

- از دهان شویه تجویز شده توسط پزشک استفاده شود. برای شستشوی دهان، بیمار به پهلو خوابانیده شده و دهانش شسته شود.

- از مسواک بچه یا گاز آغشته به محلول دهان شویه برای نظافت دندان‌ها استفاده شود.

- از نرم کننده لبها استفاده شود.

- رژیم غذایی مایعات یا پوره میل شود.

- برای تسکین درد از مسکن‌ها و بی‌حس کننده‌های تجویز شده توسط پزشک استفاده شود.

• خشکی دهان

از مایعات سرد و تکه‌های یخ برای رفعی خشکی دهان استفاده شود. در صورت نیاز از بزاق مصنوعی استفاده شود. غذاهای نرم و راحت برای جویدن میل شود. از مصرف سیگار و الكل اجتناب شود.

• مراقبت از مو

- توصیه به استفاده از کلاه‌های سرد کننده یا تورنیکت برای کم کردن گردش خون سر در هنگام پرئو درمانی



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت
- قبل از شروع درمان، موهای بلند کوتاه شود.

- از شامپوهای ملایم و حالت دهنده برای نرمی موهای خشک استفاده شود و از شستشو و برس زدن مکرر موها اجتناب شود.

- از مصرف فرزن‌های برقی، فلزی و خشک کن، کلیپس، گیره سر، اسپری مو، رنگ مو و فرهای دائمی اجتناب شود.

- از شانه زدن و برس زدن زیاد مو اجتناب شود و از برس‌های لبه گرد برای شانه کردن استفاده شود.

- از وارد شدن ضربه به پوست سر اجتناب شود.

- برای کم کردن خارش سر، کف سر با پماد ویتامین A, D چرب شود.

- از کلاه لبه‌دار یا سایه‌بان در زیر آفتاب استفاده شود.

- برای کمک به مقابله با ریزش مو، موارد زیر آموزش داده می‌شود:

- قبل از شروع ریزش مو، کلاه گیس مناسب خریداری شود و بر روی سر گذاشته شود.

- در صورتی که ریزش مو شروع شده است، برای انتخاب کلاه گیس مناسب از عکس‌های قبلی کمک گرفته شود.

- به بیمار توصیه می‌شود که ریزش مو موقتی است و بعد از اتمام درمان، رشد مو آغاز خواهد شد.

• عفونت

برای پیشگیری از عفونت، موارد زیر به بیمار و خانواده وی آموزش داده می‌شود:

- دوری از تماس با افرادی که عفونت دارند یا اخیراً عفونت داشته‌اند و یا جدیداً واکسینه شده‌اند.

- در صورتی که تعداد گلبول‌های سفید خون کمتر از ۱۰۰۰ سی سی باشد، بیمار باید در اطاق خصوصی بستری شود.

- همه افراد قبل از ورود به اطاق ایزوله باید دست‌هایشان را به خوبی شستشو دهند.

- از خوردن میوه‌های تازه، گوشت خام، ماهی و سبزیجات در صورتی که تعداد گلبول‌های سفید کمتر از

۱۰۰۰ سی سی باشد، اجتناب شود. همچنین از قرار دادن گل تازه و گیاه گل‌دانی در اطاق بیمار اجتناب شود.

- هر روز آب آشامیدنی، مایع دهان شویه و آب درون وسایل تنفسی (مثل ساکشن) تعویض شود.

- قبل از تزریقات وریدی، پوست محل با بتادین تمیز شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

دفتر پرستاری
واحد آموزش

- در صورتی که بیمار کاتتر ورید مرکزی دارد، هر ۴۸ ساعت پانسمان ناحیه کاتتر تعویض شود (این کار غلب در مراکز درمانی صورت می‌گیرد)

- هر ۴۸ ساعت یکبار مایعات و محلول‌های تزریقی (مثل سرم) تعویض شود.

- از تزریقات عضلانی اجتناب شود.

- بهداشت فردی رعایت شود.

- از حضور در اماکن شلوغ به خصوص در فصول سرما و شیوع بیماری‌های عفونی اجتناب شود.

- در صورت بروز علائم عفونت (تب، لرز، تعریق، تورم، گرما، درد و ترشح، مشکلات تنفسی، تکرر یا سوزش ادرار، درد عضلات و مفاصل، بثورات یا اسهال) به پزشک مراجعه شود.

برای پیشگیری از خونریزی، موارد زیر به بیمار و خانواده وی آموزش داده می‌شود.

- توصیه می‌شود که از مسواک نرم یا برس ابری برای مراقبت از دهان استفاده شود.

- از محلول‌های تجارتي شستشوی دهان (حاوی الکل) استفاده نشود.

- از ماشین تراش برقی برای کوتاه کردن موها به جای تیغ استفاده شود.

- برای مراقبت از ناخن‌ها از سوهان استفاده شود.

- از خوردن غذاهایی که جویدن آنها مشکل است، اجتناب شود.

- از گرفتن درجه حرارت از طریق رکتوم یا به کار بردن شیاف‌ها و تنقیه اجتناب شود.

- از تزریق داخل عضلانی خودداری شود، در صورت نیاز از کوچکترین سوزن‌ها برای تزریق استفاده شود.

- پس از انجام تزریق، محل تزریق به مدت حداقل ۵ دقیقه فشار داده شود.

- لبها با مواد روغنی چرب شوند.

- از سونداژ مثانه اجتناب شود (در صورت لزوم از کوچکترین سوند استفاده شود)

- روزانه حداقل ۳ لیتر مایعات مصرف شود.

- از نرم کننده‌های مدفوع یا مواد غذایی پرحجم (برای پیشگیری از یبوست و ایجاد فشار روی رکتوم) استفاده شود.

- از مصرف داروهایی مثل آسپرین اجتناب شود (باعث تشدید خونریزی می‌شود).

- قبل از انجام اعمال جنسی از مواد نرم کننده محلول در آب استفاده شود.



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت
- در هنگام تمیز کردن بینی با احتیاط عمل شود.

- اقدامات ایمنی و محافظتی در تخت و محیط منزل رعایت شود تا خطر سقوط و احتمال خونریزی کاهش یابد.

• عوارض خستگی و کسالت

- برای کاهش خستگی، نکات زیر به بیمار و خانواده وی آموزش داده می‌شود:
- تشویق بیمار به داشتن دوره استراحت در طول روز به خصوص قبل و بعد از فعالیت.
- برای بیماری که مسئولیت مراقبت از بچه، خرید و کارهای منزل دارد، توصیه می‌شود که اطرافیان یا فرد دیگری در انجام این امور به بیمار کمک کنند.
- در صورتی که بیمار شاغل باشد، کاهش ساعات کاری توصیه می‌شود.
- توصیه می‌شود که از رژیم غذایی حاوی پروتئین کافی (گوشت، حبوبات، لبنیات) و کالری (نان، برنج، قندها) به میزان کافی استفاده شود.
- توصیه می‌شود که بیمار در برنامه‌های ورزشی بر حسب تحمل شرکت کند.
- از روش‌های آرام سازی و شل کردن عضلات برای کاهش خستگی استفاده شود.

• بی‌اشتهایی و کاهش تهوع و استفراغ

- برای تعادل تغذیه و رفع بی‌اشتهایی، نکات زیر به بیمار آموزش داده می‌شود:
- توصیه می‌شود که غذا در محیط‌های با مناظر مطلوب، بوهای خوشایند و آرام میل شود.
- توصیه می‌شود که از غذاهای مورد علاقه (که حاوی کالری و پروتئین بالا باشد) استفاده شود.
- توصیه به مصرف مایعات فراوان (حداقل ۳ لیتر). از مصرف مایعات در مواقع غذا خوردن اجتناب شود.
- توصیه می‌شود که غذا در وعده‌های زیاد و با حجم کم مصرف شود. تا ۲ ساعت پس از غذا از دراز کشیدن اجتناب شود. در ابتدا مایعات شفاف مثل آب سیب میل شود و بعد غذای نرم و پوره و غذاهای خشک خورده شود.
- در صورت تمایل، غذای سرد میل شود و از مصرف غذای پرچرب اجتناب شود.
- بین وعده‌های غذایی از مکمل‌های غذایی و غذاهای پرپروتئین استفاده شود.
- بهداشت دهان رعایت گردد. (به خصوص قبل از خوردن غذا)



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

- در صورتی که علت بی‌اشتهایی اضطراب است، از تکنیک‌های مناسب مثل شل کردن عضلات و تجسم خاطرات خوشایند در زمان صرف غذا استفاده شود.

- در صورت تجویز پزشک از مواد محرک اشتها (مثل مگاک) استفاده شود.

- برای کاهش تهوع و استفراغ، از داروهای ضد استفراغ تجویز شده استفاده گردد و در صورتی که علائم تهوع و استفراغ بیش از ۲۴ ساعت طول کشید و همراه با کم‌ادراری، ضعف و یا خشکی دهان است، هر چه سریعتر به پزشک مراجعه شود.

• اسهال

- توصیه می‌شود که از رژیم غذایی کم فیبر مثل موز، برنج، آب سیب، نان برشته یا پوره سیب زمینی استفاده شود. از مصرف غذاهای پرفیبر مثل سبزیجات و میوه‌جات خام و نان سرشار از سبوس، فرآورده‌های شیری و آب میوه‌ها، کلم پیچ، قهوه و لوبیا اجتناب شود.

- به خاطر از دست دادن پتاسیم ناشی از اسهال، توصیه می‌شود که از غذاهای سرشار از پتاسیم مثل موز و گوجه فرنگی استفاده شود. در صورت تجویز پزشک از مکملات پتاسیم استفاده شود.

- - توصیه می‌شود که بعد از هر بار اجابت مزاج، ناحیه مقعد به خوبی با آب و صابون شستشو داده شده و خشک شود. سپس از ژل نرم کننده (مثل وازلین) برای پیشگیری از زخم مقعد استفاده شود.

- توصیه می‌شود که از داروهای ضد اسهال تجویز شده استفاده شود و در صورت بروز علائمی مثل اسهال مداوم، کم‌ادراری، خشکی دهان یا ضعف، علائم به پزشک اطلاع داده شود.

• یبوست

- توصیه می‌شود که از رژیم غذایی پرفیبر استفاده شود. قبل از مصرف، میوه‌جات و سبزیجات به خوبی شسته شود. علاوه بر مصرف میوه‌جات و سبزیجات از نان گندم کامل، حبوبات و لوبیا نیز استفاده شود. در صورتی که عادت به مصرف رژیم پرفیبر ندارید، توصیه می‌شود که این رژیم را کم‌کم شروع کرده، به تدریج افزایش دهد.

- توصیه به مصرف کافی مایعات (مگر اینکه منع مصرف داشته باشد)

- در صورتی که پس از مصرف رژیم غذایی، یبوست برطرف نگردید، توصیه می‌شود که پس از مشورت با پزشک از نرم‌کننده‌های مدفوع یا مسهل‌ها استفاده شود.

• سوزش سر دل



دفتر پرستاری
واحد آموزش

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

- توصیه می‌شود که از مصرف غذاهای ادویه دار تند، الکل و سیگار اجتناب شود. غذا در وعده‌های زیاد و با حجم کم مصرف شود (به جای ۳ وعده غذا، همان حجم در ۶ وعده تقسیم شده و میل شود).
- توصیه می‌شود که پس از خوردن غذا (حداقل ۵/۰ ساعت پس از مصرف غذا) از دراز کشیدن خودداری کرده و از خم شدن یا دولا راه رفتن اجتناب شود.
- داروهای خوراکی با یک لیوان شیر یا یک وعده کوچک غذایی میل شود.
- براساس تجویز پزشک از شربت آنتی اسید استفاده شود.

• درد، ضعف و بی‌حسی عضلات

- توصیه می‌شود که از قرص استامینوفن طبق تجویز پزشک استفاده شود.
- در صورت احساس کرختی یا بی‌حسی از کیف آبگرم استفاده شود.
- توصیه به استراحت و اجتناب از فعالیت‌هایی که باعث تشدید درد و ضعف عضلانی می‌شود.
- در صورتی که با اقدامات فوق علائم برطرف نشد، به پزشک اطلاع داده شود.
- در صورتی که بیمار پمپ انفوزیون جهت تزریق داروهای شیمی درمانی دارد، باید توصیه کرد که از انجام فعالیت‌هایی که ممکن است به پمپ انفوزیون یا محل آن آسیب برساند، خودداری کند.
- در مواردی که بیمار با سیستم تخلیه صفراوی ترخیص می‌شود توصیه می‌شود برای بازماندن کاتتر و جلوگیری از تجمع بقایای سلولی در آن، شستشوی کاتتر با محلول نمکی نرمال یا آب استریل انجام شود و در هنگام شستشو از آسپیره کردن یا برگرداندن محتویات سرنگ به داخل کاتتر خودداری شود زیرا ممکن است باعث ورود محتویات محرک دوازدهه به داخل کاتتر یا سیستم صفراوی شود. توصیه به این که در صورت مواجهه با هر مشکل با پزشک و یا پرستار تماس گرفته شود.
- توصیه به مصرف رژیم غذایی پرکربوهیدرات و پروتئین متناسب با کارکرد کبدی
- توصیه به مصرف سبزیجات و میوه‌های تازه به اندازه دلخواه
- توصیه به جای استفاده از پروتئین گوشت قرمز از انواع پروتئین‌های دیگر مثل پروتئین‌های گیاهی، گوشت ماهی و مرغ مصرف شود.
- از مصرف مشروبات الکلی پرهیز شود.
- توصیه به مصرف ویتامین‌ها به خصوص A, C, k
- مصرف غذا در وعده‌های زیاد با حجم کم (به جای سه وعده غذایی شش وعده غذایی استفاده شود).



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین
مرکز آموزشی درمانی ولایت

دفتر پرستاری
واحد آموزش

- توصیه به مصرف رژیم غذایی سرشار از کالری و دارای مقادیر متوسط پروتئین (روزانه یک الی یک و نیم گرم به ازاء هر کیلوگرم وزن پروتئین)
توصیه به محدودیت در مصرف نمک.

سایر نکات آموزشی

- توصیه به استفاده از تکه‌های یخ برای کاهش تهوع
- جهت درمان یبوست توصیه به استفاده از مایعات و ورزش
- توصیه به مراقبت از پوست: تغییر وضعیت، اجتناب از مصرف صابون و محلول‌های الکلی برای تمیز کردن پوست، استفاده از مواد نرم کننده برای ماساژ پوست و ورزش و مفاصل اندام ها
- توصیه به اینکه در صورت بروز علائم خونریزی (خونمردگی، خونریزی از بینی یا لثه، وجود خون در مدفوع) به پزشک اطلاع داده شود، از مسواک نرم جهت بهداشت دهان استفاده شود، بیمار بینی خود را به آرامی تمیز کند، در صورت نیاز از کمپرس سرد برای کاهش خونریزی استفاده شود، از غذاهای سرشار از ویتامین C (مرکبات، گوجه فرنگی، آناناس) استفاده شود و از اقدامات حمایتی برای پیشگیری از سقوط استفاده شود.
- هر روز دور شکم با متر اندازه‌گیری و ثبت شود. در صورت آسیت، محدودیت مصرف نمک و مایعات رعایت شود و علائم به پزشک اطلاع داده شود.
- جهت فعالیت هیچ محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب، خونریزی، آسیت و سایر مشکلات باید با احتیاط عمل شود.
- از آنجایی که متابولیسم بسیاری از داروها از راه کبد صورت می‌گیرد، توصیه به این که از مصرف خودسرانه داروها اجتناب شود